PUTEREA CREZURILOR
și
LEGILE SUBCONȘTIENTULUI



AIMGROUP
Tehnologie pentru viață

PUTEREA CREZURILOR
și
LEGILE SUBCONȘTIENTULUI

AimGroup
Bucureşti, 2015

Puterea crezurilor și legile subconștientului
ISBN 978-606-8414-41-6

www.aimgroup.ro
contact@aimgroup.ro
031 425 44 64

Cuprins

„Omul este produsul gândurilor lui;
el devine ceea ce gândește.”

Mahatma Gandhi

1
DE LA GÂNDIRE POZITIVĂ LA GÂNDIRE CORECTĂ

Primul pas pentru a realiza schimbări permanente în viața ta este să înțelegi diferența dintre gândirea pozitivă şi gândirea corectă. Creierul este un instrument foarte puternic şi operează conform unor legi clare. Potențialul minții poate fi dezvoltat doar înțelegând modul în care funcționează creierul.

Experiențele tale reprezintă rezultatul crezurilor pe care le ai despre tine și despre viață. Crezurile se construiesc în timp, prin repetarea (conştientă sau inconștientă) a unor afirmații. Indiferent dacă aceste sugestii reflectă un adevăr sau nu, ele sunt preluate de mintea subconștientă și transpuse sub forma experiențelor, lucrurilor și oamenilor cu care te intersectezi în viață. Dacă plantezi o sămânță de roșie, nu va crește un castravete, doar pentru că solul consideră că e mai bun pentru tine un castravete. El îți va da exact ce ai plantat.

Funcția elementară a subconştientului este să urmeze instrucțiunile conştientului. El realizează acest lucru „demonstrând" că tot ce crede conştientul este adevărat. Cu alte cuvinte, **sarcina subconştientului este să demonstreze că întotdeauna conştientul are „dreptate**".

Prin urmare, dacă tu crezi că nu poți fi, nu poți face sau nu poți avea ceva, subconştientul tău va crea circumstanțele şi va găsi oamenii care să îți demonstreze că ai „dreptate". Subconştientul funcționează ca pilotul automat al unui avion. Dacă pilotul automat e setat pe direcția est, poți să acționezi comenzile manual şi să te îndrepți spre nord. Însă imediat ce renunți la comanda manuală, pilotul automat, care

a fost programat să meargă spre est, va prelua controlul avionului şi vei zbura spre est.

Subconştientul nu schimbă realitatea lumii înconjurătoare. El doar filtrează informaţia pe care i-o prezinţi pentru a-ţi susţine crezurile sau imaginea pe care o ai în minte. De exemplu, dacă tu crezi că afacerea ta merge rău, subconştientul tău va ignora orice nouă oportunitate care ţi-ar putea îmbunătăţi businessul, scoţând în evidenţă doar problemele care susţin crezul tău că lucrurile merg prost sau că nu există oportunităţi noi.

Subconştientul nu poate gândi pentru el însuşi. El va atrage către tine doar acele lucruri care sunt conforme cu crezurile tale cele mai profunde – nici mai mult, nici mai puţin. Dacă nu cunoşti acest adevăr şi nu realizezi că îţi creezi singur realitatea pe baza propriilor tale idei, vei simţi că nu ai puterea să îţi schimbi viaţa în bine şi că eşti victima oamenilor, a circumstanţelor şi a condiţiilor.

Dacă te accepţi ca o fiinţă lipsită de putere, vei căuta ceva sau pe cineva din afară pentru a-ţi îndeplini dorinţele. Când vei înţelege că tot ce îţi doreşti poate fi creat de mintea ta, prin folosirea gândirii corecte, care nu este altceva decât gândire clară, vei ajunge la concluzia că doar tu îţi poţi oferi lucrurile pe care ţi le doreşti.

„**Dacă nu îţi place un lucru, schimbă-l; dacă nu poţi să îl schimbi, schimbă felul în care gândeşti despre el.**”

Mary Engelbreit

Dezvoltarea potenţialului mental presupune mai ales analizarea crezurilor care formează fundamentul vieţii tale. Poţi avea succes doar în măsura în care eşti dispus să lucrezi cu tine şi să te eliberezi de

crezurile greșite. Trist este că mulți oameni rămân blocați în zona lor de confort, indiferent cât de distructive sunt obiceiurile pe care le au. Asta se întâmplă pentru că nu sunt suficient de motivați să producă schimbări profunde în viața lor. Citind acum aceste rânduri înseamnă că tu ești pregătit și îți dorești să îți dezvolți potențialul mental. Ce trebuie să afli încă de la început este că sentimentul de libertate e direct proporțional cu volumul de muncă pe care ești dispus să-l faci cu tine însuți. ***Gândirea corectă reprezintă fundamentul oricărei transformări pozitive.***

Scopul marilor învățători din toate timpurile a fost să ne ajute să conştientizăm că noi suntem cei care ne creăm propria realitate. Suntem responsabili pentru tot ce ni se întâmplă în viață. Asta include binele, răul şi urâtul.

Dacă noi credem că cineva sau ceva din afara noastră este cauza problemei noastre, întotdeauna vom căuta soluția în afara noastră. Pentru a găsi răspunsurile la problemele noastre trebuie să începem să ne privim într-un mod nou, care să ne facă să vedem oamenii şi evenimentele dintr-o altă perspectivă. Lumea exterioară este, în multe privințe, o copie a lumii noastre interioare. Trebuie să înțelegi acest lucru. Câți oameni cu probleme cunoști care nu au dat nici cea mai mică atenție acestui aspect? Oricât am fi de hotărâți, oricâtă voință, inspirație sau motivație am avea, problemele noastre nu se vor rezolva dacă vom căuta răspunsurile în afara noastră.

Singura autoritate se află în interiorul tău!

Puterea ta nelimitată stă în abilitatea de a-ți controla gândurile. O minte confuză funcționează mai degrabă în direcția bolii, a sărăciei, a lipsei şi a limitării decât în direcția abundenței, a sănătății şi a succesului.

Sarcina noastră cea mai importantă este să dezvoltăm o conştiinţă cât mai avansată. Putem face acest lucru analizând condiţiile din viaţa noastră şi punând sub semnul întrebării crezurile pe care le avem, chiar dacă eul nostru este ameninţat. Ori de câte ori ne dorim ceva în viaţă, trebuie să ne eliberăm de tot ce se interpune între crezurile şi dorinţele noastre.

2
TOTUL ÎNCEPE CU DIALOGUL INTERIOR

Dialogul interior este conversația constantă pe care o purtăm cu noi înşine de fiecare dată când percepem ceea ce gândim, vedem şi auzim. Este forma tridimensională de gândire, alcătuită din cuvinte, imagini şi emoţii. Noi ne construim şi ne modificăm imaginea de sine prin acest dialog interior, folosind cuvinte ce declanşează imagini care, la rândul lor, evocă un sentiment sau o emoție.

Imaginea noastră de sine reprezintă ansamblul tuturor gândurilor, atitudinilor şi opiniilor despre noi înşine pe care le-am perceput şi le-am stocat încă din copilărie. Este imaginea subconştientă pe care continuăm să o înregistrăm de mai mulți ani. Această imagine controlează modul în care gândim şi acționăm.

Odată ce ne-am imaginat în mod viu o experiență, ea este înregistrată în subconştientul nostru şi suntem dependenți de ea până când facem alegerea conştientă de a o înlocui. Dacă alegi să faci schimbări în imaginea ta de sine, poți folosi dialogul interior şi vizualizarea pentru a crea o nouă imagine care să pună în practică schimbările pe care le dorești. Orice schimbare semnificativă sau de durată începe mai întâi în mintea noastră şi apoi îşi croieşte drum către exterior, către realitate.

Fiecare afirmație pe care o faci are efect asupra subconştientului tău, aşa că este important să fii foarte atent la ce spui despre tine însuți. Ține minte că alte persoane îți pot furniza opiniile lor despre tine, dar imaginea ta de sine este determinată de ceea ce gândești tu despre tine. Vom da exemple concrete de afirmații puțin mai târziu.

3
CE BENEFICII OBȚII DACĂ ÎȚI DEZVOLȚI PUTEREA MINȚII

Astăzi din ce în ce mai mulți oameni sunt preocupați să-și îmbunătățească performanțele mentale, iar oamenii de știință întreprind tot mai multe studii despre tehnicile prin care ne putem dezvolta puterea minții. Este important să înțelegem mai întâi care sunt beneficiile unor astfel de practici ca să știm la ce să ne așteptăm. Familiarizându-te cu aceste beneficii, îți vor fi mai clare motivele pentru care este bine să-ți dezvolți abilitățile mentale, iar motivația ta va fi mai puternică.

Nu vom fi dedicați 100% scopului nostru până când nu ne sunt clare beneficiile. Acesta este, probabil, pasul cel mai important şi mai semnificativ în fixarea scopurilor.

Dacă ai o afacere, ești într-o relație cu cineva sau faci anumite eforturi în viața ta şi nu ești sigur de *beneficiile* pe care le vei obține, vei avea mari dificultăți în a-ți menține entuziasmul, perseverența şi dăruirea necesare. Dacă nu ești sigur de beneficii, este mult mai greu să fii loial unui scop propus.

Fixarea scopului te ajută să identifici în mod specific beneficiile pe care le vei obține în urma eforturilor pe care le depui. Nu vei fi capabil să menții un grad înalt al dedicării în direcția îndeplinirii niciunui lucru până când nu îți sunt absolut clare beneficiile. Pe măsură ce progresezi în fixarea scopurilor şi începi să abordezi proiecte din ce în ce mai complexe, este esențial să înțelegi de ce dorești să realizezi acel scop specific. Psihologia ne învață că există doar două motive pentru care noi facem un lucru, oricare ar fi el. Unul este să obținem plăcere

(beneficii), iar celălalt e să evităm pierderile (durerea). Dacă ai stabilit clar care sunt beneficiile, vei fi dispus să plătești prețul.

Diferenţa critică dintre cei care reuşesc şi cei care nu reuşesc să-şi îndeplinească visurile este ***dorința***. Orice recompensă creează dorință. Aşadar, acordă-ți timpul necesar pentru a evidenția beneficiile şi recompensa.

Un scop poate fi definit drept ceva ce poartă o recompensă inerentă la îndeplinirea lui. *Dacă scopul tău nu poartă în el nicio recompensă, înseamnă că nu ai un scop.* Dacă planul tău scris nu trasează în mod clar beneficiile şi recompensele care te aşteaptă la atingerea scopului, pierzi ingredientul cel mai important – *motivația de a acționa. Dacă nu există recompensă, nu există acțiune.* Poți rezolva orice problemă care apare de-a lungul vieții spunând ce vrei – **rezultatul final specific**.

Așadar, să vedem care sunt cele mai importante beneficii generale pentru care este important să lucrezi cu tine. Înainte de toate, amplificarea puterii minții nu înseamnă neapărat că vei putea mișca lucruri doar gândindu-te la asta (așa cum ai văzut în filmele science-fiction). Înseamnă că îți vei putea valorifica mai mult potențialul propriului creier și vei obține astfel multe beneficii practice.

Unul dintre avantajele amplificării puterii minții este că ai **o mai mare claritate** asupra lucrurilor la care te gândești, ceea ce înseamnă că vei înțelege mai mult și vei ști ce trebuie făcut în diferite situații. De exemplu, dacă ai o afacere, vei putea vedea imaginea de ansamblu și astfel vei putea lua cea mai bună decizie în contextul dat. Implicit, vei putea identifica mai rapid soluțiile oricărei probleme care apare. O minte clară înseamnă putere, iar puterea în afaceri înseamnă profituri mai mari și recunoaștere pe scară largă.

Un alt avantaj de care te poți bucura dacă îți dezvolți mai mult capacităţile mentale este **creșterea motivației** de a face ca lucrurile pe care ți le dorești să se întâmple. Gândești mai clar, ești mai motivat și acționezi eficient. De exemplu, fără motivație, niciun plan de afaceri nu se traduce în profit. Pentru simplul fapt că nu te mobilizezi să faci pașii necesari. Indiferent dacă este vorba despre afaceri, studii, familie sau relații romantice, motivația este cheia succesului. Numai când te simți motivat, te trezești cu entuziasm dimineața și știi exact ce ai de făcut ca să ajungi unde îți dorești.

4
ÎȚI POȚI FOLOSI PUTEREA MINȚII CA SĂ TE VINDECI

Există situații în care medicamentele nu dau rezultatele așteptate sau, mai rău, cauzează efecte adverse grave. În astfel de momente este bine să știi că ai la îndemână o altă modalitate de a te vindeca, fără să folosești medicamente: **puterea minții**. Multe studii au demonstrat deja că mintea este un instrument foarte puternic și un factor major în îmbunătățirea stării de sănătate sau, dimpotrivă, în agravarea unei boli. **O minte antrenată** și **focalizată** pe un obiectiv reprezintă cheia obținerii rezultatului pe care ți-l dorești.

Una dintre cele mai importante condiții este să crezi cu tărie că pașii pe care îi faci sunt eficienți și dau rezultate. De exemplu, dacă ai probleme cu pielea, este necesar ca de câte ori bei apă să închizi ochii și să îți imaginezi cum își face efectul benefic în tot corpul și pielea ta devine din ce în ce mai sănătoasă. Trebuie să crezi că te simți din ce în ce mai bine.

„Este foarte posibil ca medicamentele să nu fie necesare întotdeauna,
dar credința în vindecare este necesară mereu."
Émile Coué

Îți poți îmbunătăți starea de sănătate folosindu-te de puterea minții ca să devii mai optimist. Când vezi partea plină a paharului, gestionezi mai eficient problemele cu care te confrunți, prin simplul fapt că te focalizezi pe ce este pozitiv și nu rămâi blocat pe ce nu merge. Acesta este unul dintre motivele pentru care cei care gândesc pozitiv sunt mai

fericiți și trăiesc mai mult. În plus, aceste persoane se recuperează mai repede după boli pentru că sistemul lor imunitar este mai puternic. Cei care gândesc pesimist sunt mai vulnerabili și mai slabi în fața bolilor. Puterea minții influențează inclusiv funcționarea sistemului imunitar. În afară de asta, când ești pesimist îți lipsește motivația de a acționa și te complaci în situația care îți provoacă neplăceri.

Un alt beneficiu al folosirii conștiente a puterii minții este că alegând să gândești pozitiv îți construiești **relații mai armonioase** și mai pline de satisfacții cu cei dragi. Specialiștii în domeniu spun că îmbunătățindu-ți relațiile cu cei din jur, implicit ai și o sănătate mai bună.

Dacă înveți să-ți folosești eficient puterea minții, poți ajunge acolo unde îți dorești. De fapt, poți ajunge în mult mai multe locuri. Tehnicile pentru îmbunătățirea capacităților mentale și a modului de a gândi nu sunt noi, dar sunt simple și le poți folosi în toate domeniile în care îți dorești schimbări. Pe unele dintre ele este posibil să le folosești deja, fără să fii conștient. Totuși, practicarea deliberată a acestor tehnici are efecte mult mai puternice asupra creierului.

5
TEHNICA AUTOSUGESTIEI ȘI MODELE DE AFIRMAȚII

Unul dintre instrumentele pe care le avem la îndemână este **PRACTICAREA AFIRMAȚIILOR POZITIVE**. Asta înseamnă să-ți construiești o afirmație (sau mai multe) care reflectă exact rezultatul pe care dorești să îl obții. Repetându-ți zilnic această afirmație, devii mult mai deschis la ideea că poți obține ce ți-ai propus și, implicit, acționezi cu mai multă motivație în această direcție.

Pentru mai multă eficiență, trebuie să repeți afirmațiile de mai multe ori pe zi.

Oamenii de succes și-au făcut un obicei din a-și spune sugestiile dimineața, în timpul zilei și seara, înainte să adoarmă. Este important să folosești cuvinte puternice, care îți trezesc emoții pozitive și reflectă exact starea de spirit pe care ți-o dorești.

Cu ajutorul afirmațiilor transmiți subconștientului ideea că poți obține ce ți-ai propus.

Afirmațiile pozitive prin dialog interior sunt autosugestii induse. La începutul secolului, Émile Coué folosea autosugestia cu mult succes în clinica sa din Franța. El îşi învăța pacienții să repete propoziția: „**În fiecare zi, în toate modurile posibile, mă simt din ce în ce mai bine**". Şi acest lucru a funcționat datorită repetării constante.

Autosugestiile pozitive funcționează pe baza teoriei înlocuirii. Dacă ai un pahar cu apă murdară, îl pui sub robinet şi lași să curgă în pahar apă

curată; până la urmă, apa murdară va fi înlocuită de apă curată. Când înlocuieşti crezurile ineficiente cu crezuri pozitive, eficiente, se produce acelaşi fenomen. Nu este necesar să scăpăm de crezurile limitatoare pe care le menținem în subconştient. Mai important este să ne asigurăm că gândurile dominante din mintea noastră ne susțin în obținerea a ce dorim, nu a ce nu dorim.

Aşa cum am discutat, dialogul interior pozitiv este unul dintre cele mai eficiente instrumente pentru a-ți programa subconştientul în direcția succesului. Dialogul interior pozitiv se mai numeşte şi afirmație. Literalmente, afirmația înseamnă a valida sau a confirma. Aşadar, când avem un gând în mod repetat, noi îl validăm sau îl confirmăm ca reprezentând adevărul. Adică, ne întărim crezul înregistrându-l în structura neuronală a creierului nostru, înregistrare care este procesată prin intermediul subconştientului. Odată ce subconştientul a acceptat un crez, acesta devine o idee căreia i-a sosit vremea. Folosirea zilnică a afirmațiilor este unul dintre lucrurile cele mai uşoare pe care le putem face pentru a ne schimba viața.

„**Cel care are abilitatea de a-şi stăpâni propria minte poate pune stăpânire pe orice altceva.**”
Andrew Carnegie

În mod normal, când folosim o afirmație, există o parte din noi care nu pierde niciodată din vedere că ceea ce noi spunem nu este, de fapt, adevărat. Când acest lucru se întâmplă, este uşor să fie negat întregul efect al afirmației. Pentru a contracara această situație, este important să îți formulezi afirmațiile în aşa fel încât să nu întâmpini rezistență din partea subconştientului. Modalitatea cea mai eficientă de a face acest lucru este să incluzi cuvântul „aleg” în enunțul tău afirmativ. Iată câteva exemple elocvente!

Spune cu voce tare: *„Câştig 100 000 de dolari pe an"*.

Acum spune-ţi: *„Aleg să câştig uşor şi în mod consecvent 100 000 de dolari pe an"*.

Aceste enunţuri ţi se par diferite?

Iată un alt exemplu!

Spune-ţi: *„Sunt atrăgător"*.

Acum spune-ţi: *„Aleg să simt că oamenii mă consideră atrăgător"*.

Ţi se pare că aceste enunţuri diferă în vreun fel?

În general, când adaugi cuvântul „aleg" în enunţul afirmativ, el sună mai convingător; în consecinţă, este mai uşor să fie acceptat şi crezut. Totodată, în felul acesta se elimină rezistenţa subconştientă, deci efectul va fi mai puternic şi mai rapid.

Modele de afirmaţii pozitive

În continuare, îţi împărtăşim câteva afirmaţii care ţi-ar putea fi de folos. Ele sunt afirmaţii generale, care îţi vor permite să înţelegi mai bine lucrurile despre care am discutat.

Aleg să-mi iubesc corpul şi să-l tratez cu tot respectul.
Aleg să cred că există o Putere care lucrează prin mine pentru a manifesta binele în viaţa mea.

Aleg să descopăr rapid şi cu uşurință nevoile clienților mei.

Aleg să ştiu că sunt competent în cariera mea.

Aleg să am încredere în mine şi să ştiu exact ce trebuie să spun şi să fac.

Aleg să am o memorie excelentă şi să îmi amintesc clar şi cu uşurință.

Aleg să iubesc Sursa mea de putere.

Aleg să renunț la vechile idei şi sunt deschis la noi moduri de a face lucrurile.

6
CUM SĂ FOLOSEȘTI FORȚA CREATOARE A IMAGINAȚIEI

O altă tehnică prin care poţi amplifica puterea afirmaţiilor este **VIZUALIZAREA**. Pentru a obţine cele mai bune rezultate, este necesar să combinăm dialogul interior şi afirmaţiile cu crearea de imagini. Această metodă presupune ca tu să folosești o imagine mentală, creată de tine, care exprimă rezultatul final. De exemplu, dacă vrei să ai mai multă încredere de sine, imaginează-te ca fiind o persoană încrezătoare și sigură pe forţele proprii. Simte-te așa. Împreună cu afirmaţiile pozitive, vizualizarea valorifică potenţialul minţii.

Imaginarea sau vizualizarea este un proces prin care menţii în minte un gând până când el creează o imagine mentală. Imaginea mentală îţi permite să fii acolo, să o experimentezi în mintea ta.

Cheia unor imagini care să determine succesul este să îmbrăcăm aceste imagini în cât mai multă emoţie. Stârneşte în tine o dorinţă interioară profundă, fii entuziast şi foloseşte cât mai des imaginea respectivă. Crezurile tale actuale s-au format din gând plus sentiment. Prin urmare, dacă poţi pune suficientă emoţie în noile tale gânduri, ele vor anula automat gândurile vechi, instaurându-şi supremaţia. Gândurile noi programate prin repetiţie şi vizualizare devin gânduri dominante. Gândurile şi crezurile dominante ne controlează comportamentul.

Cele două tehnici – **repetarea sugestiilor** și **vizualizarea** – dau cele mai bune rezultate când sunt practicate împreună cu meditaţia. Este o cale excelentă pentru a-ţi dezvolta puterea minţii pentru că te ajută să comunici cu subconştientul. Meditaţia este o formă de relaxare cu

rezultate foarte bune în limpezirea minții și clarificarea obiectivelor. Pe acest fond, sugestiile pozitive și vizualizarea conduc la materializarea oricărui obiectiv propus.

7
CUM SĂ TE LAȘI DE FUMAT FOLOSIND POTENȚIALUL MINȚII

Creierul este cel mai important factor în atingerea obiectivelor, inclusiv dacă ți-ai propus să te lași de fumat. Mulți oameni sunt astăzi conștienți de efectele negative pe care fumatul le are asupra sănătății lor. Totuși, continuă acest obicei, deși își doresc să renunțe. Unii dintre ei chiar încearcă în repetate rânduri și ajung inevitabil la același rezultat: în perioade de stres ei reiau obiceiul fumatului.

Alții nu reușesc să renunțe din cauza lipsei de motivație. **Folosindu-te de puterea minții, tu vei putea să te lași de fumat, chiar dacă ai acest obicei de foarte mulți ani.**

Înainte de toate, trebuie să înțelegi că mintea este capabilă să se autocondiționeze. Un exemplu este acela când ieși cu prietenii și fumezi, deși în mod obișnuit nu o faci. Data viitoare când vei ieși cu ei, subconștientul tău va fi pregătit să reia obiceiul fumatului pentru că s-a realizat o legătură puternică între ieșirile cu prietenii și fumatul unei țigări. Dacă nu vei fuma, te vei simți ciudat, ușor inconfortabil. Aceasta este puterea obiceiului. Vestea bună e că potențialul minții poate fi folosit la fel de eficient să creezi motivații pozitive.

Cum? Construiește o afirmație pe care să o repeți de mai multe ori pe zi, într-o stare de relaxare totală. Ea ar trebui să sune așa: „**De la 1 mai 2015 aleg să renunț la fumat. Mă simt din ce în ce mai relaxat și mai motivat**". Este important ca afirmația ta să-ți trezească exact starea de spirit pe care ți-o dorești. În timp, îi transmiți subconștientului tău că ești pregătit să renunți la fumat. Astfel, renunțarea la acest obicei se va produce natural.

8
TEHNICA IMPRIMĂRII ÎN TREI PAŞI

Pasul 1. Afirmă-ţi scopul

O afirmaţie este pur şi simplu un enunţ sau un crez care este scris într-o formă personală, pozitivă, la timpul prezent, ca şi cum respectivul scop este deja o realitate. Când îţi scrii afirmaţiile, controlează în mod deliberat programarea subconştientului tău, direcţionând imaginea vizuală către rezultatul final pe care îl doreşti.

Pasul 2. Vizualizează rezultatul final

Imaginează-ţi şi **experimentează** în minte îndeplinirea rezultatului final. *Vizualizează-te implicat activ în această îndeplinire*. Aceasta se numeşte **vizualizare sintetică** şi **constructivă** sau **realitate virtuală**. Ea funcţionează pe baza teoriei înlocuirii. Înlocuieşti vechiul proces imaginativ şi vechea imagine de sine cu cele noi. Ţine minte: ne vom deplasa către scopul pe care îl vizualizăm.

Pasul 3. Simte emoţia care însoţeşte realizarea scopului

Subconştientul răspunde la *sentimente* mai mult decât la cuvinte. El nu răspunde mai bine la sentimentele bune decât la cele rele. El doar răspunde la sentimente. Cu cât mai multă emoţie sau mai mult sentiment punem într-o idee, cu atât mai rapid se va manifesta ea. Aşadar, sentimentele şi emoţia sunt foarte importante pentru impactul unei idei. Se poate spune că afirmaţiile noastre se vor manifesta direct proporţional cu frecvenţa cu care folosim vizualizarea şi implicarea emoţională. Ce trebuie să faci tu este să te vizualizezi îndeplinind rezultatul final, simţind în acelaşi timp bucuria şi satisfacţia acestei realizări.

Toţi cei trei paşi sunt necesari pentru o imprimare plină de succes. Dacă doar citești afirmaţiile, te poţi aştepta la o rată de succes de circa 10%. Dacă citești şi vizualizezi rezultatul final, te poţi aştepta la o rată de succes de aproximativ 55%. Dacă citești afirmațiile, vezi rezultatul final şi simţi emoţia ce însoţeşte realizarea a ceea ce vizualizezi, te poţi aştepta la o rată de succes de 100%!

9
UN GÂND LA FINAL DESPRE PUTEREA RECUNOŞTINŢEI

Doar cei care ştiu că au deja pot să aibă mai mult. Cei care nu ştiu că au gândesc că trebuie să „acumuleze" ca să aibă. Viaţa lor le reflectă gândirea prin sărăcie, lipsă, deficit, limitare, suferinţă şi luptă pentru putere. Este imperativ să înţelegem că nu e nimic de acumulat. Tot ce trebuie să facem e să FIM. **Faptul de A FI este creator**. Dorinţa de a acumula este o consecinţă a fricii.

Întotdeauna trebuie să fii recunoscător pentru ce ai deja. Apreciază tot ce ai în viaţa ta acum, indiferent cât de minor pare acel lucru, indiferent cât de puţin pare în comparaţie cu ce au alţii. În loc să te plângi în legătură cu ce ai, pe motiv că nu e destul, apreciază întotdeauna ce ai în prezent. Există un vechi proverb care spune aşa: „**Îmi părea rău că nu am pantofi până când am întâlnit un om care nu avea picioare**".

Iată unul dintre cele mai puternice secrete dacă vrei să-ţi dezvolţi la maximum potenţialul mental şi să aduci mai multă bogăţie în viaţa ta: **cultivă o atitudine de recunoştinţă pentru tot ce ai acum şi vei vedea cum viaţa ta începe să evolueze şi să se îmbogăţească**!

„Bucură-te de lucrurile mărunte căci, într-o zi,
ai putea să-ți dai seama că acestea au fost cu adevărat mărețe."
Robert Brault

Despre noi

AimGroup, echipa de cercetare în domeniul științelor de frontieră din România, are ca principale domenii de studiu și practică terapiile alternative și complementare, parapsihologia, radionica, stimularea cerebrală, trezirea și amplificarea capacităților extrasenzoriale etc.

Dispozitivele AimGroup au **certificare ISO 9001** (conform standardelor internaționale de calitate) și sunt, la ora actuală, unice în România datorită rezultatelor pe care le produc asupra ființei umane: trezesc forța vitală, singura inteligență capabilă să producă procese naturale de echilibrare energetică și vindecare, și pregătesc ființa umană pentru accesarea nivelurilor spirituale superioare.

www.aimgroup.ro

www.vidia.ro



„Bucură-te de lucrurile mărunte căci, într-o zi, ai putea să-ți dai seama că acestea au fost cu adevărat mărețe."

Robert Brault



AIMGROUP
Tehnologie pentru viață

www.aimgroup.ro
031 425 44 64

ISBN 978-606-8414-41-6

